SIŁA I ZDROWIE

Dodatek tygodniowy „Słowa Pomorskiego"

Nr. 2. Wtorek, 12. stycznia 1932. Rok VI.

Kto, wzgl. jak może uzyskać Państw. Odznakę Sportową? 3

(Wskazania praktyczne).

Stwierdzono, że najwięcej kandydatów (-ek), ubiegających się o p. o. s. jest w wieku od 17—20. roku życia. Nic dziwnego! Jest to — że tak powiem — wiek sportowy.

Regulamin p. o. s. dzieli ten wiek na cztery kategorje, tj. dwie męskie i dwie żeńskie (17—18 r. i 19—20 r. życia). —

Jaki jest „zestaw minimów" dla tych kategoryj wieku?

Weźmy np. kategorję wieku męską od 17—18 r. życia. Kandydat musi osiągnąć „minima": a) Pływanie na 100 m. (styl dowolny) — 2150" (2 min. 50 sek). Zamiast pływania można wykonać gimnastykę, według pewnego zgóry ustalonego wzoru (ćwiczenia bardzo łatwe), b) skok wdal — 370 cm. lub skok wzwyż — 110 cm., c) bieg 60 m. — 8,8 sek. Zamiast tego może dowolnie wybrać jedno z następujących ćwiczeń: bieg 100 m. — 14 sek., pływanie 100 m. — 2,40 sek., jazda na łyżwach — 300 m. — 50 sek., d) rzut dyskiem 1 kg (40 m. Zamiast tego, do wyboru: Rzut oszczepem 600 g — 34 m., rzut granatem 500 g — 50 m., pchnięcie kulą 5 kg. — 13 m., rzut piłką palantową — 70 m., rzut piłką dętą nr. 4 — 40 m. (Wszystkie rzuty należy rozumieć: wynik z rzutu ręką prawą „plus" wynik ręką lewą). Jeżeli chodzi o tę grupę ćwiczeń, to kandydat może wykazać się znajomością szerm. (wykazać pewne znajomości techniczne i znajomość zasad walki). e) Marsz 10 km. z obciążeniem 7,5 kg. — 2 hs. 20 min. (2 godz. 20 min). Zamiast tego do wyboru: 2-dniowa wycieczka piesza — 40 km., 3-dniowa wycieczka piesza — 55 km., bieg 3 km. — 13 min. 50 sek., skok narciarski — 13 m., bieg narciarski 5 km. — 45 min., bieg narciarski 12 km. — 1 h 40 min., bieg łyżwiarski 1500 m. — 4 min. 50 sek., 1-dniowy raid konny — 50 km., pływanie 200 m. — 5 min. 30 sek. Zamiast jednego z wymienionych ćwiczeń kandydat może się wykazać znajomością wioślarstwa (znajomość wiosłowania i czynne uprawianie wioślarstwa) lub przedłożyć dowód, że brał udział w zawodach z cyklu zawodów o mistrzostwo okręgowe klasy A, B lub C. f) Strzelanie z łuku na 25 m. — 55 p. Zamiast tego do wyboru: strzelanie z broni małokalibrowej na 25 m. — 70 pkt., strzelanie z broni małokalibrowej na 50 m. 55 pkt., strzelanie z broni wojskowej na 100 m. 60 pkt.

Widzimy, że nic trudnego i na takie wyniki z łatwością zdobyć się można, tembardziej że jest tak wielki wybór konkurencyj w poszczególnych sześciu grupach.

Przyjrzyjmy się teraz czego musi dokazać kobieta w tej samej kategorji wieku (17—18), jeżeli chce zdobyć „posa". Oczywiście, że wymagania są znacznie łatwiejsze, a mianowicie: a) Przepłynąć stylem dowolnym 100 m. (bez liczenia czasu) lub wykonać odpowiedni wzorzec gimnastyczny (łatwy!) b) Skok wdal z rozbiegu — 280 cm. lub skok wzwyż — 90 cm. c) Bieg 60 m. — 11 sek. Zamiast tego — jedno z następujących ćwiczeń do wyboru: Pływanie 50 m. — 1 min. 20 sek., jazda na łyżwach 300 m. — 1 min. 20 sek., d) Rzut dyskiem 1 kg. — 24 m. Zamiast tego — do wyboru. Rzut oszczepem 600 g — 24 m., rzut piłką palantową — 60 m., rzut piłką dętą nr. 4 — 30 m., strzelanie z łuku na 20 m. — 45 pkt., strzelanie z broni małokalibrowej na 25 m. — 60 pkt. (Wyniki rzutów liczy się oburącz). e) Marsz 3 km. — 28 min. Zamiast tego — do wyboru: 2-dniowa wycieczka piesza — 35 km., bieg narciarski 3 km. — 32 min., bieg łyżwiarski 1000 m. — 4 min. 50 sek., pływanie 200 m. — 6 min. 20 sek. Zamiast jednego z wymienionych ćwiczeń kandydatka może się wykazać znajomością wioślarstwa. f) Znajomość zasad jednej gry sportowej i czynne jej uprawianie.

Jak widzimy kobiety w wieku 17—18 r. życia mają „minima" stosunkowo małe, a wybór ćwiczeń duży. —

Nie będę podawał „minimów" (wymagań), p. o. s. dla wszystkich pozostałych kategoryj wieku. Już te przykłady utwierdzają nas w przekonaniu, że są łatwe do osiągnięcia. Zainteresowani znajdą szczegółowe dane w Regulam. P. O. S. Zanim podam szereg wskazań, dotyczących „toku urzędowania" dla ubiegających się o p. o. s. — wspomnę jeszcze dla przykładu o „minimach" dla najstarszej kategorji wieku, tj. dla kategorji od 51. roku wzwyż. Rzecz dosyć ciekawa i godna uwagi „starszych panów" (pań), dla których wymagania są stosunkowo najłatwiejsze.

(Dokończenie nastąpi).

J. Flisak.

Za ocean po laury olimpijskie.

Reprezentant Torunia na Olimpjadzie.



Józef Stogowski.

Toruń, 10. I. Kilkodniowe telefoniczne „polowanie" na Stogę uwieńczyło się wreszcie powodzeniem: „Jest, jest, przyjechał, ale za parę dni wyjeżdża..." —

Wiem, wiem... Każde małe dziecko w całej Polsce wie dobrze, że Stoga jezdzie. Gazety od tygodnia o tem piszą a w sobotę sam pan prezes Polakiewicz powiedział nam o tem przez radjo. Że to już „murowane": nasza drużyna hokejowa jedzie za ocean, a z nią... Stogowski. Ten tak od lat już w Toruniu popularny Stoga. Poznaliśmy go na zielonej murawie boiska piłkarskiego. Wtedy to już takie małe brzdące z „zielonej" galerji darły się w niebogłosy, gdy Stogowski dostał „do nóg" piłkę: „Stooooga, Stooooga! tempoooo!" Od tego czasu został „Stogą", choć zamienił zieloną murawę na szklistą taflę lodową, a partykularną sławę tekaesowego „napastnika" czy tennisowego mistrza Torunia na laury bramkarza europejskiej miary. Ale mu i tego za mało! Więc jedzie... za ocean po laury olimpijskie.

Więc w tę pędy do Stogi. Trzebaż mu uścisnąć dłoń na pożegnanie. Niestety — niema go w domu. Jeno matka — starowina. Igrają w jej duszy sprzeczne uczucia: i rada, że ten jej ukochany Józio jedzie hen daleko, za lądy i morza, sławę imienia polskiego pomnażać i lęk ją ogarnia — drży, serce matczyne — toć taka podróż, przez cały ocean, w tej porze roku. Różnie bywa. Uspokajam matczysko stroskane i zapewniam (z miną starego wilka morskiego, jakbym co najmniej cały świat morzem objeździł, a nie tylko z Gdyni na Hel wojażował) — zapewniam, że podróżowanie morzem na dzisiejszych wielkich okrętach to tak jakby „Wikcią" przez Wisłę... Słowo daję.

Żegnam p. Stogowską i zapowiadam się na czwartą. Uprzejmy Stoga (uprzejmość — to przecie jedna z cnót, cechujących sportowca), dowie dziawszy się od matki, że byłem u niego, uprzedza mnie i sam do mnie przychodzi. Oboje z żoną niewymownie radziśmy tej wizycie. Niemało czasu — wszak przed odjazdem tyle różnych jeszcze spraw do załatwienia. Kwadrans spędzamy na miłej pogawędce.

Czuje się nieco zmęczony. I nic dziwota — toć 5 meczów jeden po drugim w Katowicach, później Krynica — zwycięska obrona bramy AZS-u warszawskiego. Mimo to — w poniedziałek mecz w Warszawie w środę 13. I. w Paryżu — mecz w reprezentacji Europy, do której Stogę powołano na bramkarza. Tegoż dnia do Havre, gdzie czeka już pod parą wspaniała „France".

— Toć się pan zameczy... —

— O, dam rady — uśmiecha się Stoga połyskując złotem zębów — pamiątką po meczu z Niemcami w Davos „w którym stracił cztery własne, rodowite zęby. — W Ameryce czeka mnie jeszcze cięższa praca, ale wypoczynę sobie w czasie sześciodniowej podróży okrętem.

— Jakie horoskopy stawia pan naszej drużynie? — zapytuję.

— Drużyna nasza jest teraz u szczytu formy. Nauka ostatnich kilku meczów z Kanadyjczykami w las nie poszła — choć dostaliśmy w skórę ale dużośmy się od nich nauczyli. W chwili, gdy piszę te słowa, nie wiadomo jeszcze czy oprócz Niemiec i Polski będą w Ameryce i inne jeszcze drużyny Europy. Możliwe, że Szwecja.

— Niemcy są przeciwnikami poważnymi, ale nie niedopokonania — biliśmy już ich — powiada Stoga.

Widać z tego, że szanse mamy duże.

Kwadrans upłynął jak z bicza trzasł. Serdeczny, mocny uścisk dłoni — życzenia szczęśliwej podróży i zasłużonych sukcesów. Poszedł.

Jedź, kochany Stogo, pokłoń się od nas tej ziemi, o której wolność walczyli Kościuszko i Pułaski, pokłoń się prochom wielk. Wilsona, pokłoń się Rodakom za oceanem! Jedź, a pamiętaj, że w całej Twojej podróży towarzyszyć Ci będą jak najlepsze życzenia Torunia i całej ziemi Pomorskiej, której jesteś dziecięciem. Toć zaszczyt dla Torunia niemały, że obywatel jego na arenie światowej w szranki staje.

Pozdrów kolegów Twoich z polskiej drużyny hokejowej, z którymi wespół ambasadorować nam będziesz na drugiej półkuli. A pamiętaj, że obecność Twoja, jako syna Pomorza, w drużynie polskiej, więcej powie Amerykanom, niż niejedne enuncjacje urzędowe. A jak spotkasz sen. Boraha, to mu powiedz... No, wiesz sam dobrze, co masz mu powiedzieć.

Jedź i wracaj do nas zdrów i cały. Szczęść Ci Boże!

A. W.

Skład naszej olimpijskiej reprezentacji hokejowej.

W poniedziałek 11. I. wieczorem o godz. 22.35 wraz z grupą narciarzy, wyjeżdżają z Warszawy na zimowe igrzyska olimpijskie do Lake Placid nasi hokeiści pod kierunkiem prezesa Zw. Hokeja na Lodzie, dr. Polakiewicza.

Skład naszej reprezentacji ustalony został, jak następuje: Stogowski, Sachs, Mauer, Kowalski I, Nowak, Sabiński, Materski, Krygier, Sokołowski, Marchewczyk i Ludwiczak.

Prezes Związku Hokejowego dr. Polakiewicz oświadczył przedstawicielom prasy, że wszystkie koszty, związane z wyjazdem naszych hokeistów do Lake Placid obciążają wyłącznie Polski Podkomitet Olimpijski w New-Yorku. Zawodnicy nasi jadą nawiązać cenny kontakt sportowy z Ameryką i wywieźć stamtąd wiele doświadczeń i umiejętności, jakich dostarczyć może ojczyzna hokeja lodowego.

Ponieważ w turnieju olimpijskim hokeja udział bierze drużyna niemiecka, przeto Europa reprezentowana będzie przez dwie drużyny.

Z życia „Sokoła".

Własny organ Dzielnicy Pomorskiej.

Zarząd Dzielnicy Pomorskiej Tow. Gimn. „Sokół" rozpoczął wydawanie własnego organu narazie jako miesięcznika p. t. „Sokół Pomorski". Pierwszy numer tego pisma już poszedł w świat, między brać sokolą. Skromnie się prezentuje, skoro jednak znajdzie należyte poparcie wśród sokołów jak i wśród szerszego społeczeństwa — żywić można nadzieję, że „porośnie w pierze" i nabierze tchu do spełnienia swojej poważnej misji, czego wydawnictwu „Sokoła" szczerze życzymy.

Adres wydawnictwa: Dzielnica Pom. „Sokoła", Grudziądz Rynek 15.

Roczna praca Podgórskiego Klubu Sportowego.

Podgórski Klub Sportowy, pomimo że ze strony społeczeństwa niema prawie żadnego poparcia, ani nawet zainteresowania, ze strony zaś magistratu m. Podgórza otrzymuje rocznie tylko 50 zł subwencji, to jednak istnieje, rośnie i chlubnie broni honoru sportowego m. Podgórza. Przetrwał on niejedną burzę, i w tym roku będzie obchodził 5-ciolecie istnienia. Członkowie klubu to sama młodzież, paru starszych, jak prezes p. Kokoszewski i skarbnik p. Kubiak.

Zapał i ofiarność dla sprawy Klubu u wszystkich członków wielka. Klub posiada następujące sekcje: kolarską, gier ruchowych, lekkiej atletyki, piłki nożnej, pływacką, hokeja oraz ping-ponga.

Kolarze w minionym roku brali udział w wyścigach w Toruniu, Podgórzu, Aleksandrowie i Bydgoszczy zdobywając 2 puhary oraz inne nagrody.

Sekcja siatkówki rozegrała 16 spotkań z wynikiem 399—391 dla PKS-u, rozgrywała mecze w Podgórzu i Toruniu. Ponad to zdobyła mistrzostwo m. Podgórza na rok 1931-32 bijąc miejscowe S. M. P. i Sokoła.

Sekcja lekkoatletyczna brała udział w zawodach w Toruniu i Podgórzu. Piłkarze rozegrali 8 meczów z ogólnym wynikiem 23:33 na własną niekorzyść.

Najmłodsza sekcja, pływacka powstała w minionym sezonie, ale już chlubnie się zapisała, zdobywając mistrzostwo pow. toruńskiego w sztafecie 5×50, 100 m. dowolnym i 50 nawznak.

Ostatnie 2 sekcje ping-pong i hokeja nie rozegrały żadnych spotkań, jednakże pracują i wykazują swą żywotność.

Podg. Klub Sportowy urządził w dniach 15. i 16. 8. z. r. wielkie święto sportowe, które wypadło imponująco.

Na walnem zebraniu 3. 1. 1932 byli wszyscy prawie członkowie obecni. Obrady były spokojne. Zarząd pozostał ten sam, t. zn.: p. Kokoszewski prezes, p. Kubiak skarbnik i p. Suplicki T. sekretarz. Po walnem zebraniu odbyła się gwiazdka w ściśłem gronie członków i rodziców, podczas której spędzono kilka miłych chwil przy dźwiękach patefonu i przy nakrytym stole.

Życzeniem noworocznem Klubu jest by społeczeństwo się nim zainteresowało, i podało mu życzliwą rękę do współpracy na niwie sportowej. Zainteresowani mogą się zgłosić wprost do prezesa, ul. Urzędnicza 5 wzgl. Klub prosi **przybyć na zebranie w lutym o którem ogłoszone będzie w afiszach.**

Lekka atletyka.

Nowe władze Pomorsk. Zw. Lekkoatlet. Na walnem zebraniu Pom. Okr. Zw. Lekkoatletycznego ponownie na prezesa wybrano p. Gołębiowskiego. Do zarządu weszli pp. Opiński, Głowacki, Siwkowski, Karliński, Hofmanówna, Cholewianka, Zgubiński, Urbański, Drążkowski, Wichorowski, Kączewicz, Grajnert, Młyński, Wieczorek, Pawlewski i Cyrankiewicz.

Pomorski okręg lekkoatletyczny liczy 24 kluby zrzeszone. Wydział sędziowski obejmuje 12 sędziów związkowych, 27 — okręgowych i 40-stu kandydatów.

Hokej.

Międzynar. turniej hokejowy w Krynicy. Do finału międzynarod. turnieju hokejowego w Krynicy doszły dwie polskie drużyny: AZS i Cracovia. Mecz finałowy przyniósł zdecydowane zwycięstwo akademikom warszawskim w stosunku 4:1 (1:0, 1:1, 2:0). W ogólnej punktacji pierwsze miejsce w turnieju zajął AZS—Warszawa. 2) Cracovia, 3) Brandenburger — EV Berlin), 4) Krynickie Tow. Hokejowe, 5) Czarni (Lwów), 6) Reprezentacja Rumunji.

Przed olimpjadą.

Anglja reprezentowana tylko przez kobiety. Angielski Komitet Olimpijski zdecydował definitywnie, że sport angielski reprezentowany będzie na zimowych igrzyskach olimpijskich w Lake Placid tylko przez 4 kobiety — łyżwiarki. — Wszystkie startować będą w olimpijskim konkursie łyżwiarstwa figurowego. W żadnym innym konkursie olimpjady zimowej Anglja reprezentowana nie będzie.

Piłka nożna.

Naprzód bije mistrza Polski. W Lipinach odbył się mecz piłkarski, w którym śląski „Naprzód" pokonał mistrza Polski „Garbarnię" 3:1 (1:1).